

PEMBELAJARAN KONTROL BERPASANGAN TERHADAP HASIL SEPAK SILA SEPAK TAKRAW DI SMPN 3 SUNGAI KAKAP

Solihin, Wiwik Yunitaningrum, Edi Purnomo

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi FKIP Untan
Pontianak

Email: Lihin@yahoo.com

Abstrak: masalah peneltitan ini apakah ada pengaruh pembelajaran kontrol berpasangan terhadap hasil sepak sila sepak takraw di SMPN 3 Sungai Kakap. Tujuan penelitian ini pengaruh pembelajaran kontrol berpasangan terhadap hasil sepak sila sepak takraw di SMPN 3 Sungai Kakap. Metode penelitian ini adalah metode eksperimen dengan bentuk *pre-experimental design*. Populasi penelitian seluruh siswa kelas VIII SMPN 3 Sungai Kakap yaitu berjumlah 150 siswa. Sampel penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan sampel siswa kelas VIII C SMPN 3 Sungai Kakap, yaitu berjumlah 25 siswa. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis uji-t. Hasil penelitian nilai dari $t_{test} > t_{tabel}$ atau $25.652 > 2.064$, artinya terdapat pengaruh pembelajaran kontrol berpasangan terhadap hasil sepak sila sepak takraw di SMPN 3 Sungai Kakap persentase peningkatan sebesar 52.61%.

Kata Kunci: Kontrol Berpasangan, Hasil Sepak Sila

Abstract: This research problem whether there is influence control study paired against football results sila sepak takraw in SMPN 3 Sungai Kakap. The purpose of this research study the influence of the control pairs of the football results sila sepak takraw in SMPN 3 Sungai Kakap. This research method is experimental method to form a pre-experimental design. The study population all students of class VIII SMPN 3 Sungai Kakap that is numbered 150 students. Samples of this study using purposive sampling technique with a sample of students of class VIIC SMPN 3 Sungai Kakap, which amounted to 25 students . Data analysis was performed using t-test analysis . Results of the research value of $t_{test} > t_{tabel}$ or $25.652 > 2.064$, meaning that there are significant control study paired against football results sila sepak takraw in SMPN 3 Sungai Kakap, percentage increase of 52.61%

Keywords : Pairwise control, Sila Soccer Results

Pendidikan jasmani yang merupakan bagian pendidikan keseluruhan pada hakekatnya adalah proses pendidikan yang melibatkan interaksi antara anak didik dengan lingkungan yang dikelola melalui aktivitas jasmani secara sistematis untuk meningkatkan keterampilan motorik dan nilai-nilai fungsional yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan sosial (Victor G Simanjuntak, dkk 2008). Maksudnya adalah untuk mencapai tujuan pengajaran, siswa belajar dan dididik melalui gerak, selain itu siswa diajarkan untuk bergerak guna membantu proses pertumbuhan dan perkembangannya. Menurut Dini Rosdiani (2012) menyatakan “pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional”.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, siswa tidak hanya mendengarkan dan menyerap materi yang disampaikan oleh guru, tetapi siswa ikut terlibat langsung dalam proses pembelajaran. Dari proses pembelajaran tersebut siswa dapat menghasilkan suatu perubahan yang bertahap dalam dirinya, baik dalam bidang pengetahuan, keterampilan, dan sikap. Untuk mencapai tujuan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah, perlu adanya dukungan dari faktor-faktor yang saling terkait antara lain adalah faktor guru, siswa, kurikulum, sarana dan prasarana, lingkungan dan kondisi sosial. Dari beberapa faktor tersebut yang sangat berperan adalah peranan seorang guru. Peranan guru yang dimaksudkan adalah berkaitan dengan peran guru dalam proses pembelajaran.

Menurut Rusman (2012) “guru merupakan faktor penentu yang sangat dominan dalam pendidikan pada umumnya, karena guru memegang peranan dalam proses pembelajaran, di mana proses pembelajaran merupakan inti dari proses pendidikan secara keseluruhan”. Peranan guru meliputi banyak hal, yaitu guru dapat berperan sebagai pengajar, pemimpin kelas, pembimbing, dan sebagai motivator. Selain dari itu guru juga berperan sebagai pengembang kurikulum di Sekolah. Dalam pelaksanaan kurikulum pendidikan jasmani di sekolah menengah pertama, terdapat berbagai macam materi pokok yang diajarkan kepada siswa salah satunya yaitu permainan sepak takraw. Penguasaan permainan sepak takraw diperlukan keterampilan dasar. Keterampilan dasar dibutuhkan agar dapat menampilkan permainan yang maksimal.

Keterampilan dasar tersebut yaitu: (1) keterampilan non lokomotor adalah keterampilan yang dilakukan dengan menggerakkan anggota badan yang melibatkan sendi dan otot dalam keadaan badan si pelaku menetap, (2) keterampilan lokomotor adalah keterampilan untuk menggerakkan anggota badan dalam keadaan titik berat badan berpindah dari satu tempat ke tempat lain, (3)

keterampilan manipulatif adalah keterampilan menggunakan anggota badan, tangan atau kaki, untuk mengontrol bola. Karena Keterampilan ini yang berkaitan terhadap penguasaan bola pada saat permainan, (4) kombinasi keterampilan adalah keterampilan dasar yang tentunya tidak berdiri sendiri-sendiri. Proses pembelajaran sepak takraw berkaitan dengan keterampilan dasar salah satunya adalah teknik dasar kontrol bola. Begitu juga dengan proses pembelajaran yang dilakukan di SMPN 3 Punggur terdapat materi pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yaitu kontrol bola dalam permainan sepak takraw. Menurut Nursandi, dkk, (2008) kontrol sepak takraw adalah suatu pergerakan yang bertujuan untuk mengontrol bola yang biasa dilakukan dengan memaha atau pun sepakan sebagai cara mempertahankan permainan. Jika kemampuan tersebut tidak dimiliki maka di dalam permainan akan mengalami kesulitan dan kegagalan bermain.

Berdasarkan dari observasi penulis selama melaksanakan Program Pembelajaran Lapangan (PPL) khususnya dalam pembelajaran sepak takraw di kelas VIII SMPN 3 Punggur, penulis menemukan sebagian besar siswa kurang memahami tehnik dasar mengontrol bola dalam pembelajaran sepak takraw. Dikatakan kurang memahami karena siswa terlihat kurang tepat dalam melakukan sepak sila sehingga bola tidak terkontrol dan cepat jatuh ke tanah, siswa kesulitan dalam memposisikan kaki bagian dalam, perkenaan bola sering mengenai pergelangan kaki dalam melakukan sepak sila. kurang dalam mengontrol bola sehingga bola melenceng dari lapangan permainan, dan siswa lebih sering melakukan perlawanan dengan 1x sentuhan saja, langsung dikembalikan ke lawan dan siswa kurang menepatkan posisi keseimbangan tubuh dengan benar sehingga siswa kesulitan dalam menjangkau bola yang tidak terkontrol. Dimana Kontrol bola sendiri adalah suatu pergerakan terhadap objek yang bertujuan untuk menguasainya. Kontrol bola merupakan keterampilan dasar yang harus dikuasai oleh pemain. Selain itu masih banyak siswa yang belum bisa mencapai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) mata pelajaran sepak takraw, yaitu 70. Nilai rata-rata hasil belajar siswa kelas VIII SMPN 3 Sungai Kakap, khususnya pembelajaran sepak takraw hanya mencapai 65%. Adapun salah satu penyebabnya adalah karena kurang bervariasinya guru dalam menggunakan metode pembelajaran.

Menyepak atau sepakan bola merupakan salah satu karakteristik dalam semua cabang permainan bola, khususnya olahraga yang menggunakan kaki. Gerakan ini merupakan gerakan yang paling dominan. Pemain yang memiliki teknik sepakan dengan baik akan dapat bermain secara efisien. Pada umumnya dalam cabang olahraga permainan sepak takraw, khususnya menggunakan kaki teknik menyepak itu dapat digunakan untuk mengontrol, dan mengoper (*passing*). Dari berbagai macam teknik sepakan itu salah satunya yaitu sepakan menggunakan

kaki bagian dalam (sepak sila), Feri Kurniawan, (2012) mengemukakan sepak sila adalah menyepak bola dengan menggunakan kaki bagian dalam gunanya untuk menerima dan menimang bola, mengumpan dan menyelamatkan serangan lawan.

Untuk mengatasi masalah tersebut peneliti menggunakan pembelajaran kontrol bola secara berpasangan agar siswa memahami dan dapat melakukan tehnik dasar sepak sila dalam permainan takraw. Kontrol bola yang dilakukan adalah dengan lempar lambung, lempar cepat dan tanpa melempar dimana siswa dalam melakukan kontrol berpasangan tersebut yaitu menggunakan sepak sila. Dengan pembelajaran kontrol bola secara berpasangan bertujuan untuk mendorong kemampuan atau kompetensi yang diharapkan dimiliki siswa agar siswa semakin memahami dan dapat melakukan penguasaan tehnik dasar sepak sila dengan baik, dan mampu mengontrol bola dengan arah melambung, dan arah cepat, serta siswa dapat saling berbagi pengetahuan dan saling mengoreksi seksamanya. Oleh karena itu, diharapkan kepada pendidik khususnya dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam proses pembelajaran agar siswa bersemangat, aktif dan percaya diri.

Menurut Asmara Jaya, (2008) mengemukakan tujuan menerima/menghentikan bola adalah untuk mengontrol bola yang termasuk didalamnya untuk mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan dan mempermudah untuk passing. Sedangkan Menurut Nursandi, dkk, (2008) kontrol sepak takraw adalah suatu pergerakan yang bertujuan untuk mengontrol bola yang biasa dilakukan dengan memaha atau pun sepakan sebagai cara mempertahankan permainan. Jika kemampuan tersebut tidak dimiliki maka di dalam permainan akan mengalami kesulitan dan kegagalan bermain.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis berminat untuk melakukan penelitian dengan judul “pengaruh pembelajaran kontrol berpasangan terhadap hasil sepak sila sepak takraw di SMPN 3 Sungai Kakap”.

METODE

Metode penelitian yaitu eksperimen dengan bentuk desain eksperimen *pre-experimental design*. *Pre-experimental design* adalah desain penelitian dimana masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen, jadi hasil eksperimen yang merupakan variabel dependen itu bukan semata-mata dipengaruhi oleh variabel independen. Hal ini dapat terjadi karena tidak adanya variabel kontrol (Sugiyono, 2012).

Dalam penelitian ini penulis menggunakan bentuk desain eksperimen *pre-experimental design*. *Pre-experimental design* adalah desain penelitian dimana masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen, jadi hasil eksperimen yang merupakan variabel dependen itu bukan

semata-mata dipengaruhi oleh variabel independen. Hal ini dapat terjadi karena tidak adanya variabel kontrol dan sampel tidak dipilih secara random (Sugiyono, 2010). Untuk desain penelitian eksperimen yang lebih spesifik, penulis menggunakan model penelitian *one-group pretest-posttest design*.

O1 X O2

(Sugiyono, 2012).

Keterangan :

O1 : Nilai pretest (sebelum diberi perlakuan)

O2 : Nilai posttest (setelah diberi perlakuan)

X : Perlakuan

Menurut Sugiyono (2012) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas : obyek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. W. Gulo (2002) keseluruhan satuan analisis yang merupakan sasaran penelitian disebut *populasi*. Populasi penelitian seluruh siswa kelas VIII SMPN 3 Sungai Kakap yaitu berjumlah 150 siswa.

Menurut Sugiyono (2012) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Menurut W. Gulo (2010) sampel sering juga disebut “contoh” yaitu himpunan bagian (subset) dari suatu populasi. Populasi dalam penelitian ini mengambil lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Mulia Dharma Kecamatan Sungai Raya Kabupaten Kubu Raya yang berjumlah 39 orang. Teknik sampel penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan sampel siswa kelas VIII C SMPN 3 Sungai Kakap, yaitu berjumlah 25 siswa

Teknik pengumpulan data adalah cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data . Penelitian ini menggunakan bentuk *pre-experimental design* dengan model *one group pretest-posttest design* maka teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan tes dan pengukuran. Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Menurut Ismaryati (2009) tes adalah, instrumen atau alat yang digunakan untuk memperoleh informasi tentang individu atau objek. Sedangkan menurut Nurhasan (2000), tes merupakan suatu alat yang digunakan dalam memperoleh data dari suatu obyek yang akan diukur.

Adapun instrument penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan tes keterampilan hasil belajar sepak sila berdasarkan kisi-kisi penilaian. Penilaian diuraikan pada tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1
Kisi-Kisi Rubik Penilaian Pembelajaran Sepak Sila

No	Fase	Gerakan	Nilai		
			Baik	Sedang	Buruk
1.	Posisi Siap	Berdiri dengan kedua kaki dibuka selebar bahu.	3	2	1
	Posisi Tubuh	Kaki tumpu di tekuk sedikit, badan juga dibengkokkan sedikit, kemudian kaki sepak digerakan melipat setinggi lutut kaki tumpu.	3	2	1
	Menyepak Bola	Bola menyentuh kaki bagian dalam kaki sepak pada bagian bawah dari bola.	3	2	1
		Pandangan mata harus terfokus pada bola, dan kedua tangan sebagai penjaga keseimbangan tubuh.	3	2	1
		Pergelangan kaki pada saat menyentuh bola/impact ke bola harus agak dikeraskan dan tegangkan tetapi harus serileks mungkin.	3	2	1
	Arah Bola	Arah sepakan bola lurus ke atas setinggi kepala.	3	2	1

(Sumber: Ahmad Hamidi, dkk, 2007)

Menurut Suharsimi Arikunto (2006) didalam langkah memilih pendekatan penelitian, telah dikemukakan beberapa desain eksperimen diantaranya telah disertai rumus/cara analisis datanya. Untuk testing signifikansi, maka digunakan rumus *t-test*. Secara garis besar, pekerjaan analisis data meliputi 3 langkah yaitu persiapan,

tabulasi dan penerapan data sesuai dengan pendekatan penelitian. Sebelum dilakukan uji hipotesis maka perlu dilakukan uji prasyarat yang terdiri dari uji normalitas dan homogenitas. Selanjutnya uji pengaruh yang digunakan yaitu dengan rumus t-tes (Ali Maksum, 2007) sebagai berikut :

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{(N\sum D^2) - (\sum D)^2}{(N-1)}}$$

Keterangan :

D = Perbedaan setiap pasangan skor (pretest-posstest)

N = Jumlah Sampel

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Adapun diskripsi data merupakan pengukuran terhadap hasil belajar sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa kelas VIII SMPN 3 Sungai Kakap. Pelaksanaan penelitian yang terdiri dari tes awal, pelaksanaan perlakuan dan tes akhir dilakukan dari tanggal 20 November sampai dengan 16 Desember 2014. Selanjutnya berdasarkan hasil pengukuran tersebut adapun data hasil penelitian baik hasil tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posttest*) disajikan sebagai dalam bentuk tabel 2 menunjukkan kemampuan siswa yang terdiri dari 25 sampel penelitian maka diperoleh hasil tes awal (*pretest*) yaitu rata-rata 9.20 skor minimal 8 skor maksima 10 dengan standar deviasi 0.817. Sedangkan hasil tes akhir (*poetttest*) yaitu rata-rata 14.04 skor minimal 12 skor maksima 15 dengan standar deviasi 0.978.

Tabel 2
Data Deskriptif Hasil Tes Awal (*Pretest*) dan Tes Akhir (*Posttest*)

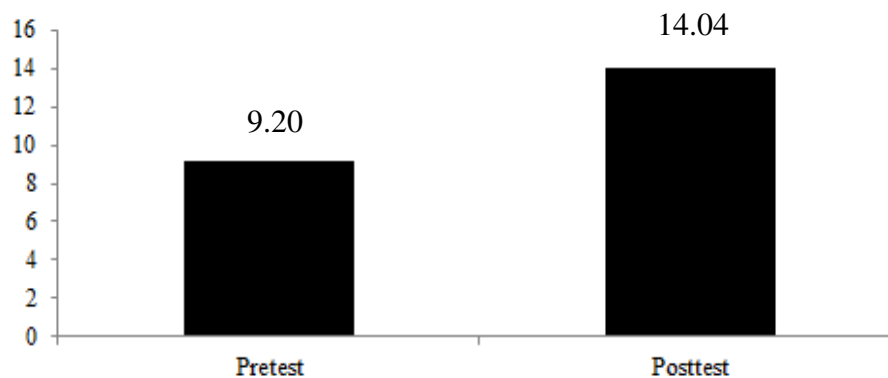
Indikator	Deskripsi	Mean	Min	Max	Std. Deviasi
Sepak Takraw	Tes awal (<i>Pretest</i>)	9.20	8	10	0.817
	Tes akhir (<i>Posttest</i>)	14.04	12	15	0.978

Berdasarkan hasil pelaksanaan perlakuan dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan Hasil Belajar Sepak Sila Dalam Permainan Sepak Takraw pada Siswa Kelas VIII SMPN 3 Sungai Kakap hal ini berdasarkan peningkatan yang terjadi pada rata-rata hasil belajar yang ditampilkan siswa pada tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posstest*). Adapun perbandingan antara tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posstest*) di uraikan pada tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3
Perbandingan Rata-rata Hasil Belajar

Data	Rata-rata Hasil Belajar
Tes Awal (<i>Pretest</i>)	9.20
Tes Akhir (<i>Posttest</i>)	14.04

Sedangkan berdasarkan hasil analisis deskriptif data tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posttest*) pada tabel 3 maka dapat disajikan dalam bentuk gambar grafik 1 menunjukkan peningkatan yang terjadi antara tes tes awal (*pretest*) 9.20 dan rata-rata tes akhir (*posttest*) 14.04 dengan selisih atau jumlah peningkatan sebesar 4.84.



Grafik 1 Rata-rata Tes Awal dan Tes Akhir

Sebelum melakukan analisis uji hipotesis terlebih dahulu dilakukan pengujian prasyarat analisis. Adapun pengujian persaratan analisis dilakukan dengan uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya data dalam penelitian. Uji normalitas dilakukan dengan analisi dengan rumus *liliefors*. Berdasarkan analisis yang telah dilakukan didapat hasil data pada tabel 4 terlihat nilai signifikan *pretest* $L_{hitung} < L_{tabel}$ atau $0.169 < 0.173$ dan signifikan *posttest* $L_{hitung} < L_{tabel}$ atau $0.164 < 0.173$ maka dapat disimpulkan data tersebut berdistribusi normal.

Tabel 4
Hasil Uji Normalitas

Uraian	Signifikansi	Keterangan
Tes Awal	$0.169 < 0.173$	Normal
Tes Akhir	$0.164 < 0.173$	Normal

Uji Homogenitas dilakukan untuk mengetahui homogen atau tidaknya data dalam penelitian. Uji homogenitas dilakukan dengan analisis dengan menggunakan rumus uji-f. Adapun hasil uji homogenitas yang telah dilakukan dapat dilihat pada tabel 5 terlihat nilai signifikansi $F_{hitung} < F_{tabel}$ atau $1.435 < 4.28$ maka dapat disimpulkan data tersebut berdistribusi homogen. Adapun uji pengaruh yang dilakukan menggunakan analisis *uji-t*.

Tabel 5
Hasil Uji Homogenitas

Signifikansi	Keterangan
$1.44 < 4.28$	Homogen

Berdasarkan hasil penghitungan melalui pengaplikasian rumus *uji-t* diuraikan pada tabel 6 didapat nilai t_{hitung} yaitu sebesar 25.652 dengan melihat tabel statistika dimana pada derajat kebebasan $db = (N-1)$ adalah $25-1=24$ dan pada taraf signifikansi 5% diperoleh nilai t_{tabel} sebesar 2.064. Dengan demikian nilai dari $t_{test} = 25.652$ lebih besar dari nilai $t_{tabel} = 2.064$, artinya hipotesis diterima terdapat pengaruh pembelajaran kontrol bola berpasangan terhadap hasil belajar sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa kelas VIII SMPN 3 Sungai Kakap dengan persentase peningkatan adalah sebesar 52.61%

Tabel 6
Hasil Uji Pengaruh (Uji-t)

t_{hitung}	d.b.	t_{tabel}	Taraf Signifikansi
25.652	24	2.064	5%

Pembahasan

Penelitian yang dilakukan merupakan analisis dari peningkatan hasil belajar yang ditampilkan siswa berkaitan dengan kegiatan proses belajar mengajar menggunakan pembelajaran kontrol bola berpasangan untuk meningkatkan hasil belajar sepak sila dalam permainan sepak takraw. Penelitian dilakukan pada tanggal 20 November sampai dengan 16 Desember 2014. Penelitian dilakukan dalam tiga tahapan yaitu pelaksanaan tes awal (*pretest*), pelaksanaan perlakuan dan pelaksanaan tes akhir (*posttest*).

Hasil penelitian didapatkan sebagai rata-rata hasil belajar sepak sila dalam permainan sepak takraw siswa kelas VIII SMPN 3 Sungai Kakap antara tes awal (*pretest*) 9.20 dan rata-rata tes akhir (*posttest*) 14.04 dengan selisih atau jumlah peningkatan sebesar 4.84. Nilai dari $t_{\text{test}} = 25.652$ lebih besar dari nilai $t_{\text{tabel}} = 2.064$, artinya hipotesis diterima terdapat pengaruh pembelajaran kontrol bola berpasangan terhadap hasil belajar sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa kelas VIII SMPN 3 Sungai Kakap. Persentase peningkatan pengaruh pembelajaran kontrol bola berpasangan terhadap hasil belajar sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa kelas VIII SMPN 3 Sungai Kakap persentase peningkatan adalah sebesar 52.61%. Hasil observasi pengamatan di lapangan selama penelitian dilaksanakan siswa mengalami peningkatan hasil belajar dikarenakan kemampuan dasar dalam gerak yang ditampilkan siswa diantaranya adalah posisi badan, kaki perkenaan bola serta gerakan lanjutan yang ditunjukkan siswa juga semakin terkuasai dan mengalami peningkatan penguasaan disetiap pertemuannya.

Berdasarkan analisis perbandingan hasil rata-rata antara *pretest* dan *posttest* dan analisis hasil uji pengaruh maka dapat disimpulkan bahwa proses belajar mengajar menggunakan pembelajaran kontrol bola berpasangan dapat meningkatkan hasil belajar sepak sila dalam permainan sepak takraw siswa kelas VIII SMPN 3 Sungai Kakap.

Adapun temuan di lapangan pada saat proses penelitian dilakukan terdapat beberapa faktor penyebab dari proses perlakuan yang diberikan yang dapat meningkatkan hasil belajar siswa diantaranya adalah dengan menggunakan pembelajaran kontrol bola maka membiasakan siswa untuk menyesuaikan perkenaan bola dengan kaki selain itu juga dengan kontrol yang baik maka penyesuaian dalam melakukan teknik sepak sila juga akan semakin baik, karena pada dasarnya teknik melakukan kontrol hampir sama dengan teknik melakukan sepak sila terutama kontrol yang menggunakan kaki bagian dalam. Selanjutnya berdasarkan hasil keterampilan yang ditunjukkan siswa dalam aktifitas praktik siswa dengan pembelajaran kontrol bola berpasangan membiasakan siswa untuk menerima bola dengan kondisi yang nyaman, jadi jika kontrol dilakukan dengan baik maka untuk melakukan operan bola juga akan semakin mudah.

Berkaitan dengan kemampuan dasar dalam gerak yang ditampilkan siswa diantaranya adalah posisi badan, kaki perkenaan bola serta gerakan lanjutan yang ditunjukkan siswa juga semakin terkuasai dan mengalami peningkatan penguasaan disetiap pertemuannya. Dalam proses pembelajaran melalui kontrol bola berpasangan antara lain pada proses pemanasan siswa tampak antusias dengan

model pemanasan secara permainan jadi dengan konsep awal yang menyenangkan menambah motivasi siswa untuk mengikuti proses pembelajaran selanjutnya.

Pada kegiatan inti dengan melakukan kontrol bola secara berpasangan dikemas dalam model kompetisi, siswa dibagi menjadi beberapa pasangan selanjutnya dilombakan dengan pasangan lain, hal ini menambah keseriusan siswa agar dapat menang dari kelompok atau pasangan lain, jadi masing-masing pasangan berkompetisi mampu melakukan dengan baik dan jumlah kontrol bola yang sempurna.

Selanjutnya pada kegiatan penutup siswa dievaluasi masing-masing akan proses belajar yang telah dilakukan dan diberikan gambaran akan pelaksanaan pembelajaran dipertemuan selanjutnya dengan demikian dapat menanamkan pengetahuan siswa akan kendala yang dialami dari kemampuan yang harus dikuasai yang di kondisikan dalam pencapaian hasil belajar agar dapat mencapai kriteria tuntas.

Adapun beberapa temuan selanjutnya mengenai kendala yang terjadi saat penelitian adalah jumlah media belajar yang digunakan di sekolah sangat terbatas, sehingga dengan kondisi tersebut tidak memungkinkan siswa untuk dapat menguasai gerak teknik sepak sila secara benar keseluruhan, namun berdasarkan arah dan tujuan awal karena penelitian ini bukanlah mengacu pada hasil akhir namun mengarah pada penguasaan gerak ataupun proses. Untuk secara gerak dasar tanpa bola sikap yang ditampilkan siswa sudah memenuhi kriteria dasar pembentukan gerak sepak sila yang benar hanya dibeberapa kesempatan ada hal yang dilakukan siswa mengenai arah bola dalam sepak sila yang terkadang melenceng. Namun secara keseluruhan hasil yang dicapai sudah cukup baik.

Hasil penelitian ini mengenai pembelajaran yang dilakukan yaitu melalui control berpasangan dapat meningkatkan hasil belajar sepak sila permainan sepak takraw sejalan dengan pendapat yang dikemukakan Asmara jaya, (2008: 64) mengemukakan tujuan menerima atau menghentikan bola adalah untuk mengontrol bola yang termasuk didalamnya untuk mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan dan mempermudah untuk passing. Maka berdasarkan pendapat tersebut jika control dapat dikuasai dengan baik maka untuk melakukan sepak sila karena fungsinya melakukan sepak sila adalah untuk memberikan umpan, menghadapi serangan lawan, atau menyeimbangkan bola.

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa hasil penelitian yang berkaitan dengan kontrol bola dalam sepak takraw yang pernah dilakukan sebelumnya seperti penelitian Mursidan (2010) pengaruh latihan kontrol bola dalam penguasaan kemampuan sepak sila pada siswa ekstrakurikuler SMPN 1 kota Gorontalo dengan persentase peningkatan sebesar 62.34%.

Dari hasil penelitian yang telah diperoleh serta didukung oleh penelitian-penelitian yang relevan sebelumnya, dapat diartikan bahwa dalam melakukan sepak sila maka karakter keterampilan utama utama yang harus dikuasai adalah kontrol bola maka dengan upaya peningkatan melalui pembelajaran kontrol bola dapat mengoptimalkan kemampuan sepak sila siswa berkaitan dengan hasil belajar yang dimiliki. Selanjutnya dalam mengoptimalkan hasil pembelajaran yang lebih maksimal dalam upaya meningkatkan hasil belajar siswa perlulah merancang strategi pembelajaran yang berkaitan dengan beberapa unsur-unsur

dasar yang dikembangkan dalam proses pembelajaran antara lain unsur kognitif, afektif dan psikomotorik siswa.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa hasil yang didapatkan sebagai berikut: Rata-rata hasil belajar sepak sila dalam permainan sepak takraw siswa kelas VIII SMPN 3 Sungai Kakap antara tes awal (*pretest*) 9.20 dan rata-rata tes akhir (*posttest*) 14.04 dengan selisih atau jumlah peningkatan sebesar 4.84. Nilai dari $t_{\text{test}} = 25.652$ lebih besar dari nilai $t_{\text{tabel}} = 2.064$, artinya hipotesis diterima terdapat pengaruh pembelajaran kontrol bola berpasangan terhadap hasil belajar sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa kelas VIII SMPN 3 Sungai Kakap. Persentase peningkatan pengaruh pengaruh pembelajaran kontrol bola berpasangan terhadap hasil belajar sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa kelas VIII SMPN 3 Sungai Kakap persentase peningkatan adalah sebesar 52.61%. Hasil observasi pengamatan di lapangan selama penelitian dilaksanakan siswa mengalami peningkatan hasil belajar dikarenakan kemampuan dasar dalam gerak yang ditampilkan siswa diantaranya adalah posisi badan, kaki perkenaan bola serta gerakan lanjutan yang ditunjukan siswa juga semakin terkuasai dan mengalami peningkatan penguasaan disetiap pertemuannya.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian saran yang diajukan adalah pembelajaran kontrol bola berpasangan merupakan suatu solusi untuk meningkatkan kemampuan hasil belajar siswa berkaitan dengan kemampuan teknik dasar sepak sila. Perancangan strategi penyampaian berkaitan dengan penggunaan modifikasi bentuk aktifitas yang berhubungan dengan teknik dasar lainnya harus divariasikan lagi agar hasil peningkatan juga semakin baik. Pemahaman siswa dalam materi sepak sila dengan menggunakan pembelajaran kontrol bola secara berpasangan harus ditingkatkan agar tujuan pembelajaran dapat diaplikasikan dengan baik oleh siswa di lapangan. Komunikasi guru dengan siswa harus bisa menciptakan dan mendukung berkaitan dengan cara guru menyampaikan materi, memotivasi siswa dan evaluasi pembelajaran agar kemampuan siswa yang berkaitan dengan hasil belajar bisa dioptimalkan lagi.

DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Gulo, W. 2002. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT Grasindo.
- Ismaryati. 2009. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: UNS Pres.
- Jaya, Asmara. 2008. *Futsal*. Yogyakarta: Pustaka Timur.
- Kurniawan, Feri. 2012. *Buku Pintar Pengetahuan Olahraga*. Jakarta: Laskar Aksara.
- Maksum Ali. 2007. *Statistik Dalam Olahraga*. Surabaya: Universitas Nebgeri Surabaya.
- Nurhasan. 2000. *Pengembangan Sistem Pembelajaran Modul Mata Kuliah Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Fakultas pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
- Rosdiani, Dini. 2012. *Model Pembelajaran langsung Dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta
- Rusman. 2012. *Model-model Pembelajaran Mengembangkan Profesionalisme Guru*. Jakarta: PT. Raja Grasindo Persada.
- Simanjuntak Victor G, Kaswari, Eka Supriatna. (2008). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Dirjen. Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional. Jakarta.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.